



I EXKURSION
WOMEN & WORK
MESSE UND KONGRESS IN BONN

Termin: Sa, 25.04.2015
10.00 Uhr s.t. – 17.30 Uhr

Treffpunkt: 07.00 Uhr, Campus-Parkplatz,
Rückkehr ca. 21.00 Uhr

Ort: Bonn, Plenargebäude des World
Congress Centers

Die Karrieremesse „women&work“ bietet Akademikerinnen ein Forum sich über Karrierewege und Aufstiegsmöglichkeiten zu informieren. Hier können Kontakte geknüpft, berufliche Chancen ausgelotet oder Informationen darüber ausgetauscht werden, wie Frauenkarrieren heute aussehen können.

Nutzen Sie die Chance, in Bonn zahlreiche namhafte Unternehmen zu treffen, die nach weiblicher Verstärkung Ausschau halten. Bewerbungsgespräche, Vorträge und ein umfangreiches Kongress-Programm helfen den Besucherinnen beim persönlichen Networking und bei der erfolgreichen Karriereplanung. Über das genaue Programm (Vorträge, Workshops, Stände) können Sie sich unter www.womenandwork.de informieren. Achtung: einige Veranstaltungen müssen vorab gebucht werden.

Zur gemeinsamen Anreise mit dem Bus treffen wir uns um 07:00 Uhr auf dem Campus Parkplatz. Gegen 21.00 Uhr werden wir wieder in Landau sein.

Anmeldeschluss:
15.04.2015



II BERATUNG
BEWERBUNGSFOTOSHOOTING

Fotografin: Karin Hiller

Termin: Do, 07.05.2015
10.00 Uhr s.t. – 12.00 Uhr
8 Termine

Ort: Fotostudio, Medienzentrum
Campus, Gebäude K, UG Raum 0.21

80% des ersten Eindrucks werden über visuelle Eindrücke festgelegt. Ein ansprechendes Bewerbungsfoto gibt so immer einen Teil Ihrer Persönlichkeit preis und sollte Sie als sympathische sowie professionelle Bewerberin darstellen. Es ist fester Bestandteil der Bewerbungsunterlagen und kann die Chancen im Bewerbungsprozess erhöhen.

Nehmen Sie sich 15 Minuten Zeit für ein professionelles Fotoshooting mit Karin Hiller, Hausfotografin des Campus Landau. Gemeinsam erarbeiten Sie Portraits, die Sie von Ihrer besten Seite zeigen. Es kann dabei auch ein zweites Outfit ausprobiert werden.

Wählen Sie Ihre Kleidung so aus, dass Sie kurze Ärmel, Muster und grelle Farben vermeiden. Schließlich soll mit Hilfe des passenden Outfits das Gesicht optimal zur Geltung kommen. Denken Sie auch an Ihre Frisur und eventuell an Make-up.

Der Preis für das Fotoshooting beträgt 15€ (inklusive Mehrwertsteuer) und enthält eine Aufnahme im Studio, die Bildbearbeitung und die Datei des Fotos als jpg (300dpi). Jedes weitere Foto kostet 5€. Die Platzvergabe erfolgt nach der Reihenfolge der Anmeldungen.

Anmeldeschluss:
30.04.2015



III BERATUNG
BEWERBUNGSMAPPENBERATUNG

Referent: Reiner Spittka
Beratung für Akademische Berufe der
Agentur für Arbeit Landau

Termine: Fr, 08.05.2015
08:00 Uhr s.t. – 12:30 Uhr, 6 Termine

Fr, 19.06.2015
08:00 Uhr s.t. – 12:30 Uhr, 6 Termine

Ort: KARLA-Büro
Bürgerstr. 23, EG Raum 72

Wie kann ich mich in einem Anschreiben optimal präsentieren? Auf welche Inhalte einer Stellenanzeige sollte ich unbedingt eingehen? Worauf ist beim Bewerbungsfoto zu achten und welche Zeugnisse sollten beigelegt werden? Welche Standards gelten für die Gestaltung des Lebenslaufs?

Diese und mehr Fragen beantwortet Ihnen ein Berater der Agentur für Arbeit Landau in einem persönlichen Gespräch. Bringen Sie Ihre Unterlagen (Anschreiben, Lebenslauf, Zeugnisse und weitere Dokumente, die Sie relevant finden) und ggf. ein interessantes Stellenangebot ausgedruckt mit.

Für jedes Beratungsgespräch sind 45 Minuten veranschlagt. Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, welches Fach Sie studieren bzw. studiert haben sowie in welchem Semester Sie sind bzw. wann Sie Ihren Abschluss gemacht haben. Die Platzvergabe erfolgt nach der Reihenfolge der Anmeldungen.

Anmeldeschluss:
30.04.2015
14.06.2015



IV WORKSHOP & BROWNBAGLUNCH
SACHGERECHT VERHANDELN –
WIE ERREICHE ICH MEINE ZIELE?

Referentin: Claudia Winter
Diplom-Soziologin,
Coach & Mediatorin

Termin: Di, 09.06.2015
10:00 Uhr s.t. – 17:00 Uhr

Ort: Campus, Gebäude C1,
Konferenzraum (großer Teil)

„Verhandeln ist eine Grundform, Gewünschtes von anderen Leuten zu bekommen.“ Mit diesem Satz stellten Roger Fisher und William Ury zu Beginn der 80er Jahre in ihrem Buch „Getting to Yes“ das später so benannte Harvard-Konzept des sachgerechten Verhandeln vor. Seither verzichtet kaum eine seriöse Veröffentlichung über Verhandlungs- und Kommunikationskompetenz, Konfliktvermeidung und Mediation auf den Verweis dieser Methode.

Verhandeln nach dem Harvard-Konzept ist nicht

- feilschen
- manipulieren
- nett sein
- Kampf um Sieg und Niederlage

Das Konzept lässt sich weder der ‚harten‘ noch der ‚weichen‘ Verhandlungsart zurechnen, sondern ist beides:

- entschieden und klar in der Sache
- ‚weich‘ und freundlich für die beteiligten Menschen

Eine Kompetenz also, auf die man weder im Angestelltenverhältnis noch in der Selbständigkeit verzichten kann. Denn Verhandlungen, die für alle Verhandlungspartner als Erfolg zählen können, garantieren ein Vorkommen im eigenen Projekt, erhalten Kooperationen und ermöglichen eventuell neue Geschäftsoptionen.

In diesen Workshop eingebettet werden Sie zu einem Brownbaglunch drei Gründerinnen aus der Wirtschaft kennenlernen, die Sie an ihren Erfahrungen mit der Selbständigkeit teilhaben lassen. Ihr persönliches Verhandlungsgeschick spielt dabei natürlich immer eine große Rolle.

Dieser Workshop wird in Kooperation mit dem Gründungsbüro Koblenz veranstaltet.

gründungsbüro
KOBLENZ

Anmeldeschluss:
31.05.2015



V WORKSHOP WORKSHOP KARRIERE

Referentin: Sabine Merdes
Diplom-Betriebspädagogin
Internationale Personal- und
Organisationsentwicklung,
Karriereberatung

Termine: Do, 02.07.2015
10:00 Uhr s.t. – 18:00 Uhr
und
Fr, 03.07.2015
10:00 Uhr s.t. – 14:00 Uhr

Ort: Campus, Gebäude C1,
Konferenzraum (kleiner Teil)

Es gibt viele verschiedene Karrierewege und Erfolgsgeschichten. Gehen Sie Ihren eigenen erfolgreichen Weg, der im Einklang mit Ihren Stärken und Neigungen und gleichzeitig mit Ihren Wünschen und Werten ist. In diesem Workshop widmen Sie sich der Ganzheitlichkeit des Begriffs „Karriere“, indem Sie beginnen herauszufinden, wo Ihre Talente liegen und was Ihnen wirklich Spaß im Leben macht. Sie reflektieren Ihre bisherige Situation, Ihren bisherigen Weg und erhalten wertvolle Tipps und Ideen, wie Ihre zukünftigen Schritte aussehen können.

Auf folgende Inhalte können Sie sich freuen:

- Assoziationsübungen
- Schärfen Sie Ihr persönliches Profil: Besondere Begabungen, Talente und Stärken, Wünsche und Werte
- Ausblick: Visionen und Wünsche
- Karriereplanung: Erste konkrete Schritte

Anmeldeschluss:
24.06.2015



VI COACHING KECK KARLA - EINZELCOACHING KARRIERE

Zusätzlich zum Workshopangebot besteht im Rahmen von KARLA die Möglichkeit ein Einzelcoaching zu vereinbaren. Das Einzelcoaching soll Sie im Sinne einer individuellen, ressourcen- und lösungsorientierten Prozessbegleitung dabei unterstützen, Ihre Möglichkeiten und Perspektiven zu erkennen, Ziele und Prioritäten zu setzen sowie mit Elan an Ihre Wünsche und Aufgaben heranzugehen.

Bearbeitet werden kann ein konkretes berufliches Problem genauso gut wie Fragen zu Karriereplanung, Work-Life-Balance oder Vereinbarkeit von Familie und Beruf. Das Thema des Einzelcoachings bestimmen Sie!

Auch die Beraterin können Sie selbst benennen. KARLA hilft Ihnen aber gerne bei der Recherche oder kann Ihnen Expertinnen für Ihr Anliegen vermitteln.

Sie sind Absolventin oder (Nachwuchs-) Wissenschaftlerin und möchten sich coachen lassen? Dann setzen Sie sich bitte mit uns entweder per E-Mail oder über das Anmeldeformular auf unserer Homepage in Verbindung. In einem Vorgespräch klären wir mit Ihnen Ihre Ziele und Wünsche, erläutern die Rahmenbedingungen des Einzelcoachings und skizzieren das weitere Vorgehen.



KARLA Karrierezentrum Campus Landau

KARLA wurde zum Wintersemester 2006/07 gegründet und bietet Studentinnen, Absolventinnen und (Nachwuchs-) Wissenschaftlerinnen seither regelmäßig ein kostenfreies, ergänzendes Veranstaltungsangebot rund um die Themen Studium, Berufseinstieg, Karriereplanung und -entwicklung, Vereinbarkeit von Familie und Studium/Beruf sowie Work-Life-Balance. Denn es gilt immer noch: Je höher die Qualifikationsstufe desto niedriger der Frauenanteil. Daher will **KARLA** Frauen gezielt unterstützen.

ANMELDUNG

Für Workshops ist die Teilnehmerinnenzahl begrenzt. Daher bitten wir um Anmeldung bis zum angegebenen Anmeldeschluss (persönlich, per E-Mail oder über unsere Webseite). Wenden Sie sich an uns, falls Sie gerne an einer Veranstaltung teilnehmen möchten, dies aber wegen der Anwesenheitspflicht in einer oder mehreren Lehrveranstaltungen nicht möglich ist. Wir bemühen uns, Sie für die Dauer der **KARLA**-Veranstaltung von der Anwesenheitspflicht freistellen zu lassen.

KINDERBETREUUNG

Um die Vereinbarkeit von Studium bzw. Beruf und Familie zu erleichtern, organisiert KARLA im Bedarfsfall eine Kinderbetreuung. Melden Sie Ihren Bedarf zusammen mit Ihrer Anmeldung zu einer Veranstaltung.

KARLA-SEMESTERAPPARAT

In der Universitätsbibliothek am Campus Landau steht zur Vertiefung und zum Nachlesen der einzelnen Themen ein Semesterapparat (**KARLA** – Karrierezentrum Campus Landau) mit ausgewählter Literatur zur Verfügung: Sie finden die Bücher unter der Signatur soz-Frau. Wir freuen uns über Ihre Anregungen für weitere Literaturschaffungen.



KONTAKT

KARLA Karrierezentrum Campus Landau
Bürgerstr. 23, EG Raum 72
76829 Landau / Pfalz

Dipl.-Psych. Heide Gieseke, Programmleitung
Veronika Barkela, Dipl.-Sozialwiss.

Tel: 06341 – 280 32 415
E-Mail: karla@uni-landau.de
www.karrierezentrum.uni-landau.de



Besuchen Sie uns auf facebook!
www.facebook.com/KARLA.Karrierezentrum

offene Sprechstunde: Di, 11:00 – 12:00 Uhr

KARLA ist ein Programm des **Frauenbüros Campus Landau** und wird zurzeit als eine gleichstellungsfördernde Maßnahme im Rahmen des Professorinnenprogramms des Bundes und der Länder finanziert.

VORSCHAU AUF DAS WINTERSEMESTER 2015/2016

Folgende **KARLA**-Veranstaltungen sind bis lang geplant:

- **BEWERBUNGSMAPPENCHECK**
- **STIMM- UND SPRECHTRAINING**
- ...

KARLA Karrierezentrum Campus Landau



VERANSTALTUNGEN IM SOMMERSEMESTER 2015

UNIVERSITÄT
KOBLENZ · LANDAU